

Согласовано



МЕНЮ
28 октября 2024 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,4	6	24,2	173	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/9	2,3	8,3	15,5	146	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,5	30	0
Итого			409	7,8	14,3	47,2	349	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,9	2,1	2,5	34	13
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	180	8,1	5,7	15,3	144	3,5
2008	311	ПЕРЛОВКА С МЯСОМ	200	10,5	13,5	29,5	281	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,2	25	20
Итого			660	22,8	21,7	74,7	586	38,1
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	5	9,6	108	2,6
Итого			250	9,6	9,9	46,8	317	2,6
Ужин								
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	9,8	3,9	5,9	99	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,1	2,6	11	81	0,5
Итого			350	16,6	6,8	41,2	295	3,1
Всего				57,3	52,8	220	1590	46,4